2
2006

APN e.Book
Towards An Arab School Of Psychological Sciences

سلسلـــة الكتـــاب الإلكترونـــي: عـــدد 2

الكتاب الإلكتروني لشبكة العلوم النفسية

العلاج النفسي الديناميكي قصير الأمد

هيلموت كولافيك

ترجمة: أ.د. سامر جميل رضوان

عـــدد 2 - 2006

إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية

إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية

سلسلة الكتاب الإلكتروني: عـــدد 2

العلاج النفسي الديناميكي قصير الأمد

هيلموت كولافيك

ترجمة: سامر جميل رضوان

الفهرس

كلمـــة المترجـــم

1. مدخـــل تأريخـي

2. تصـور العـلاج النفسـي قصيـر الأمـد

3. تقنيـات وطـرق العـلاج المختصـر

3.1. البحـث عـن البـؤرة

3.2. تقنيـة الوميض كوسيلة تشخيصية في العلاج

3.3. التفسيـر والعـلاج

4. فاعليـة العـلاج قصيـر الأمـد

5. التطبيـق العلاجـي

6. العـلاج النفسـي الدينامـي قصير الأمد للعصابات

6.1. الصراعــات في البنـى العصابيـة الفصاميـة (اضطرابات الشخصية من النمط الفصامي)

6.2. الصراعـات فـي البنـى الاكتئابيـة

6.3. الصراعـات فـي بنـى الشخصيـة القسريـة

6.4. الصراعـات في اضطرابات الشخصية الهستيرية

7. مبـادئ عـلاج الشخصيـــة الحدوديـة

8. عــلاج اضطرابـات الشخصيـة النرجسيـة

9. التأثيـــر فـي الأزمـــات

10. العلاج النفسي الدينامي قصير الأمد للاضطرابات الجنسية

11. استخدام مبـادئ العلاج قصيـر الأمـد في الأمـراض المستعصيـة

12. التوليـف بيـن العـلاج في المجموعة و العلاج النفسي الدينامـي قصيـر الأمــد

1.12. فرضيـات وفرضيـات مضـادة

2.12. المُعالــج

3.12. سمـات التعامـل مع المجموعة وأشكال العلاج الدينامـي فـي المجموعـة

4.12. العـلاج النفسـي الدينامـي الفـردي مقارنـة بالعلاج النفسـي الدينامي فـي المجموعـة

5.12. فاعليـة العـلاج التوليفـي

1.5.12. اضطرابـات الشخصيـة النرجسيـة

2.5.12. العصابـات التـي تتصـف بدفاعـات متسقـة مـع الأنـا

3.5.12. الشخصيــات الحدوديـة

4.5.12. "اختبـار" الانتمـاء للمجموعـة

6.12. تقنيــة التفسيـر

13. ملاحظـات ختاميـة: النجـاح وضبطـه

خلاصـــة

كلمـــة المترجـــم

ربما يكون هذا الكتاب حول العلاج النفسي الديناميكي قصير الأمد هو الأول من نوعه في اللغة العربية. فالمعلومات المتوفرة حول الموضوع ليست إلا شذرات متناثرة هنا وهناك، وهي تصف في الغالب الإطار الخارجي والسمات العامة للعلاج النفسي قصير الأمد دون التطرق للتقنيات والإجراءات العيادية.

كما يسود سوء الفهم لهذا الشكل من العلاج الذي يترجم إلى العلاج النفسي المختصر، مما يوحي بوجود علاج نفسي مختصر (سريع) وعلاج آخر غير ذلك. ويعطي الانطباع وكأنه نوع من حبة الصداع التي يتم تناولها لتسكين الألم، دون مس الجذور العميقة للألم. وهذا غير صحيح. فالعلاج النفسي قصير الأمد شكل من أشكال العلاج النفسي له حدوده وإمكانياته بالمقدار نفسه التي تمتلكها الأشكال العلاجية الأخرى. أما تسمية قصير الأمد فقد أطلقت للتفريق بينه وبين العلاج النفسي التحليلي التقليدي الذي يستمر لسنوات عدة، وهو من هذه الناحية قصير الأمد بالفعل، في حين أنه مقارنة بالأشكال العلاجية الأخرى كالأطر الاستعرافية السلوكية والعلاج النفسي المتمركز حول المتعالج...الخ فإنه يستغرق المدة الزمنية نفسها تقريباً، فهل يمكن وصف هذه الأشكال بأنها "مختصرة" أو "قصيرة الأمد"، اللهم إلا من خلال المقارنة بالتحليل النفسي التقليدي.

ومما لاشك فيه فإن هذا الكتاب لا يقدم إجابة عن كل الأسئلة التي تواجه المعالج الممارس في الحالة الفردية،سواء كان طبيباً أم معالجاً نفسياً إكلينيكياً، إلا أنه يقدم أطراً يمكنها أن تساعد في التوجه.

وربما يكون أسلوب العلاج النفسي الديناميكي قصير الأمد واحداً من الأساليب والإمكانات العلاجية الملائمة للاستخدام في البيئة العربية وذلك للأسباب الثلاثة التالية:

السبب الأول: هو النقص الشديد جداً في عدد المعالجين النفسيين المؤهلين بالفعل في البلدان العربية مما يستلزم الإشراف على عدد كبير من محتاجي المساعدة من عدد محدود من المتخصصين.

والسبب الثاني يتمثل في كثرة الأزمات الاجتماعية والنفسية والاقتصادية والسياسية الوجودية التي يتعرض لها المجتمع العربي مما يستوجب التدخل السريع

في الأزمات من أجل منع تفاقم السيرورات المرضية.

أما السبب الثالث فيتمثل في أن الخبرة العيادية قد أظهرت أنه من النادر أن يلتزم الفرد في علاج نفسي طويل الأمد لأسباب مختلفة، والرغبة الملحة في أن يكون العلاج النفسي بأقل قدر ممكن من الجلسات، مع تحقيق أكبر قدر ممكن من الفاعلية. وهي معادلة صعبة إذا ما أخذنا الطبيعة المركبة للاضطرابات والمشكلات النفسية وديناميكياتها الصراعية الفاعلة فيها.

يأمل المترجم أن يكون قد أسهم في خدمة الثقافة النفسية العربية العامة منها والمتخصصة.

والله ولي التوفيق

عبري - سلطنة عمان

حزيران (يونيو) 2005

مدخل

بداية قد يثير مفهوم "العلاج النفسي قصير الأمد" المستخدم في ميدان الاضطرابات النفسية الأولية والثانوية ذات القيمة المرضية السؤال، فيما إذا كان بالإمكان عموماً تحقيق تصحيح دائم للصراعات ذات الشكل العصابي في وقت قصير.

ومن البديهي أن تكون الإجابة عن هذا السؤال هي النفي. إلا أن العلاج النفسي للتطورات المرضية يمكن في كل الأحوال أن "يمهد الطريق" وأن يجعل المريض يفهم الأسباب اللاشعورية، ويقربه من إمكانات تعديل اتجاهاته. أما إتمام هذا التصحيح فهو متروك للزمن. أما العلاج فهو يسعى نحو هذا التصحيح. ويؤيد مفهومنا للإنسان مثل هذه الفرضية. ذلك أن اتجاهات و توقعات وأنماط ردود أفعال الفرد تتشكل وتتبلور وتتثبت خلال الطفولة المبكرة بصورة خاصة، وفي المراهقة و ما بعدها أيضاً. ومن ثم فإن "إعادة تحويل" "بنية" تم اكتسابها بهذا الشكل من خلال عمل علاجي محدود الوقت يظل محض خيال.

ومع ذلك فإنه مما لا شك فيه فإن تصميم أسلوب العلاج النفسي الدينامي قصير الأمد مبرر منطقياً. فعندما يدرك المعالج حدود عمله فإنه يوفر على نفسه وعلى المريض خيبة الأمل و يحرك التعديلات المرغوبة بحذر. إنه سوف ينظر للفرد كعضو في مجموعة يفترض لها أن تيسر التحقيق طويل الأمد للتعديلات المرغوبة وتثبيتها. ومن أجل تحقيق هذا الهدف لا بد من أن يشرك الإطار المرجعي الاجتماعي المباشر للمريض.

مدخل تاريخي

تم تطوير مفهوم "العلاج النفسي قصير الأمد" أو "العلاج قصير الأمد" في التحليل النفسي كمفهوم عام لوصف إجراءات نفسية علاجية مختلفة. وكان تطوير العلاج النفسي قصير الأمد ضرورة ملحة في معقل التحليل النفسي. فالعلاج النفسي بالتحليل النفسي اليوم يحتاج إلى ألف جلسة أو أكثر و يستغرق في المتوسط 500 ساعة موزعة على مدة تتراوح بين ثلاثة إلى أربع سنين، في حين أنه يمكن للمعالج خلال هذا الوقت أن يعالج بين 20-30 مريض بالطريقة قصيرة الأمد.

وكان هناك مجموعة من التطورات التي أكدت على ضرورة تطوير أسلوب ملائم من العلاج منها ضغط الحاجة للعلاج و النقص في عدد المعالجين المؤهلين و ضرورة البدء بالعلاج عند بدء الحدث العصابي الحاد لتجنب استفحال الاضطراب. وكان من البديهي أن تنبع المساهمات المهمة للعلاج قصير الأمد من المعالجين النفسيين العاملين في المستشفيات، حيث لم يكن العدد الكبير من المرضى المحتاجين للمساعدة يتيح استخدام التحليل النفسي طويل الأمد. ومن الأمثلة على ذلك نذكر بيك في مشفى جامعة باسل Basel والمجموعة البرلينية الباكرة بقيادة ألكسندر وهورني وشولتز- هينيكه، ومن مجموعة فينا بيكر ورايتر ومجموعة العمل اللندنية بالينت. هذا عدا عن الجانب الاقتصادي: فقد ذكر بيلاك وسمال على سبيل المثال أن إدارة التجنيد قد وافقت في الوقت بعد العام 1945 على 3 أو أربع جلسات علاجية نفسية فقط، بحيث وجد الأطباء أنفسهم مجبرين على ملائمة مدة العلاج مع التقييد التأميني المفروض عليهم.

كما أن بالينت قد اهتم بمطالب الطبيب العام وطور ما أطلق عليه تسمية "عشر دقائق من العلاج النفسي".

وفي العقود الأخيرة تطور شكل خاص من العلاج قصير الأمد يتمثل في "التدخل في الأزمات" في سياق المساعي نحو تطوير نماذج علاجية باكرة والوقاية من الأمراض والاضطرابات النفسية.

ضرورة أخرى نبعت من الدراسات الجائحية (دراسات الانتشار) المتعلقة بالانتحار. فقد أكدت هذه الدراسات وجود فرق بين الانتحار Suicide و شبه الانتحار Para suicide. فكلا الشكلين يشكلان متلازمتين مختلفتين عن بعضهما تكمن خلفهما أهداف شديدة الاختلاف. فقد أثبتت مجموعة من الدراسات في هذا المجال من ناحية أن أعضاء مجموعة شبه الانتحاريين قلما يميلون إلى إتمام عملية الانتحار، ومن ناحية أخرى فقد تراكمت الدلائل على ارتفاع معدل نسبة الانتحار بين الذين كانوا قد حاولوا في حياتهم القيام بعمل شبه انتحاري. ومن هنا انبثقت ضرورة التدخل في الأزمات أو التأثير فيها.

الكتاب الإلكتروني لشبكة العلوم النفسية العربية: العدد 2

إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية

جميع الحقوق محفوظة للمؤلف 2006

سامر جميل رضوان – سوريا

- **تاريخ الولادة:** 1961/02/02 – السويداء، سوريا
- **الاختصاص:** دكتوراه في علم النفس الإكلينيكي
- **الشهادات العلمية:** دكتوراه في علم النفس -جامعة لايبزج – ألمانيا، تاريخ تلقي الدرجة: 1989 عنوان أطروحة الدكتوراه : نتائج دراسات تجريبية لتحديد فعاليات الوظائف النفسية لدى مرضى باضطرابات عصابية قلبية ومرضى باضطرابات عصابية نفسية.
- **الخبرات الأكاديمية :**

  – مؤهل في المعالجة (الإرشاد النفسي) النفسية المتمركزة حول المتعالج (طريقة روجرز)

  – مؤهل في علم النفس الطبي
- **مجالات العمل البحثية :**

  الإرشاد النفسي، الصحة النفسية – علم نفس الصحة، العلاج النفسي، القياس النفسي، عضو هيئة تحرير في مجلة الثقافة النفسية المتخصصة
- **عضو عديد الجمعيات و الهيئات العلمنفسية العربية والدولية أهمها:**

  – الجمعية السورية للعلوم النفسية

  – مركز الدراسات النفسية والنفسية الجسدية، لبنان

  – شبكة العلوم النفسية العربية

  – الثقافة النفسية المتخصصة
- **المؤلفات النفسية :**

  الصحة النفسية في المدرسة والأسرة

  الأحلام بين الحقيقة والخيال(مترجم عن الألمانية)

  مستقبل العلاج النفسي –(مترجم)

  الصحة النفسية بين السواء والاضطراب

جميع الحقوق محفوظة للمؤلف 2006